

令和5年度厚生科学研究費補助金
(循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業)
総括研究報告書

**社会経済的要因による栄養課題の解決に向けた食環境整備のための
ツール開発研究**

研究代表者 村山 伸子（新潟県立大学）

研究要旨

目的：本研究の目的は、経済的要因による栄養課題の解決に向けた食環境整備に寄与することである。具体的には、（１）生活状況を踏まえた栄養・食生活の実態分析をする、（２）国内外の効果的な取組事例を収集する。（３）これらの結果をふまえ、栄養課題の解決に向けた食環境整備の取組を進めるため、自治体、市民社会、食品関連事業者・メディア等の事業者がそれぞれ利用可能な支援ガイド等を作成する。令和5年度は（１）（２）を実施する。

結果：（１）生活保護制度を利用している高齢男性について、共食が多いほど食品の多様性が高かった。生活保護利用世帯の実収入総額における食料の合計支出額の割合は、2017年度～2021年度で有意な変化は認められなかった。内訳別では、穀類・調理食品・外食の割合の有意な減少と、菓子類と酒類の割合の有意な増加がみられた。

（２）国内の先進事例から、支援者が使用するニーズを的確に把握するアセスメントツール、同じ予算でもより栄養価の高い食材等を準備・配布するための資料等、利用者が提供された食品を活用できるレシピ配布等が有用と考えられた。利用者に対しては子どもたちが最低限の調理スキルを身に付けられるようにするためのツールのニーズがある。海外の事例では、食品の提供と同時に、食品の表示の整備、食品の選択方法や料理スキルの教育が実施されていた。日本の生活保護制度、生活困窮者自立支援事業の実態調査から、食支援の介入の可能性がある事業は、自立相談支援事業、家計改善支援事業、就労準備支援事業、子どもの学習支援事業であった。各種事業の初回面談時に口頭での食事状況は把握されていたが、シートでの把握と把握結果の活用は少なかった。食支援として生活保護制度は健康管理支援事業、生活困窮者自立支援事業ではフードバンク等の食料支援につないでいる団体は多かったが、食育等のスキル支援は少なかった。

結論：社会経済的要因による食環境整備のためのガイド、ツールを作成するにあたり、以下の基礎情報が得られた。自治体では、生活保護制度では健康管理支援事業、自立支援事業では自立相談支援事業、家計改善支援事業、就労準備支援事業、子どもの学習支援事業でのアセスメントとその後の支援ツールが実現可能性がある。地域の食品事業者についてはフードバンク等で提供される食品を栄養バランスを考慮した内容にすることとともに、食品の選択・購入や調理スキルの教育が必要と考えられる。その際に、特に注意する食事内容として菓子類の摂取を控え、野菜の摂取の確保である。また、高齢男性については共食の場を提供することが食事の多様性確保につながることから、各種事業での実現可能性を検討する。

研究分担者

西岡大輔 大阪医科薬科大学・講師

堀川千嘉 新潟県立大学・講師

坂本達昭 熊本県立大学・准教授

小林知未 武庫川女子大学・講師

太田亜里美 新潟県立大学・教授

A. 研究目的

健康日本 21（第二次）（第三次）では、健康格差の縮小が上位目標として設定された。栄養・食生活分野においても、経済格差に伴う栄養格差の実態が示されてきた。しかし、その対策についての研究はこれからの課題である。そこで、本研究の目的は、経済的要因による栄養課題の解決に向けた食環境整備に寄与することである。具体的には、（１）生活状況を踏まえた栄養・食生活の実態分析をする、（２）国内外の効果的な取組事例を収集する。（３）これらの結果をふまえ、栄養課題の解決に向けた食環境整備の取組を進めるため、自治体、市民社会、食品関連事業者・メディア等の事業者がそれぞれ利用可能な支援ガイド等を作成する。

令和 5 年度は、項目 1 生活状況を踏まえた栄養・食生活の実態分析（西岡、堀川）、項目 2 国内外の効果的な取組事例収集を行った。

B. 方法

1. 生活状況を踏まえた栄養・食生活の実態分析（西岡、堀川）

1) 生活保護制度利用者の生活実態把握（西岡）

2022 年の日本老年学的評価研究の横断データ（65 歳以上の高齢者 18、262 人）を用いた。目的変数には、食品多様性スコアを

用いた。説明変数には、生活保護制度の利用を用い、共食習慣の有無による交互作用を検証した。社会経済的・生物学的要因等を調整した一般化線形モデルを用いて関連性を解析した。

2) 経済的困難層の食生活実態把握（堀川）

2017 年度から 2021 年度に厚生労働省が実施した「社会保障生計調査」において、調査対象年度の全月で家計記録を実施し、1 か月分に平均化した実収入総額が最低生活費を超えた 3、962 世帯を解析対象とした。各年度について、1 か月分に平均化した実収入総額における食料の支出額の割合を算出した。

（倫理面への配慮）

研究対象者に対する人権擁護上の配慮をおこない、不利益・危険性の排除や説明と同意（インフォームド・コンセント）を得、厚生労働省・文部科学省「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」を遵守し、所属施設の倫理委員会の承認を得て実施した。

2. 国内外の効果的な取組事例収集（坂本、小林、太田）

1) 社会経済的要因による栄養課題の解決に向けた国内の効果的な取組事例の収集（坂本）

国内の自治体や NPO 等において実施されている取組をメディアやインターネットなどに公開された情報から収集した。参考になると思われる取組事例をリスト化し、協力が得られた団体から視察・聞き取りを行った。

2) 社会経済的要因による栄養課題の解決に向けた海外の取組事例の収集（小林）

① アメリカにおける取組について、Supplemental Nutrition Assistance

Program(SNAP) 及び SNAP-Education Program(SNAP-Ed プログラム)、Special Supplemental Nutrition Program for Women、Infants、and Children (WIC)、WIC Farmers' Market Nutrition Program (FMNP))について事例を収集した。②EU 諸国における取組では、特に、FEAD(欧州困窮者援助基金)の事例を収集した。③イギリスにおける取組について事例を収集した。

3) 社会経済的要因による栄養課題の解決に向けた地域システムの検討：生活保護制度、生活困窮者自立支援事業における効果的な栄養・食生活支援の場の検討(太田)

被保護者への健康管理支援を行っている福祉事務所(1250件)、生活困窮者の自立支援事業を行っている社会福祉協議会(612件)、子どもの学習支援事業を行っているNPO団体等(757件)に対して郵送によるアンケート調査を行った。アンケートの回収率は生活困窮者の自立支援事業 39.1%、生活困窮者の自立支援事業 37.9%、就業支援事業 16.5%、家計改善支援事業 25.6%、子どもの学習支援事業 17.9%であった。

(倫理面への配慮)

本研究は、新潟県立大学倫理委員会の承認を得て実施した(受付番号 2341:被保護者、生活困窮者の支援団体が活用できる「被保護者、生活困窮者への食支援ガイド(仮)」の作成のための基礎調査)。

C. 結果

1. 生活状況を踏まえた栄養・食生活の実態分析(西岡、堀川)

1) 生活保護制度利用者の生活実態把握(西岡)

男性の生活保護利用者では食品多様性スコアが低かった(調整後 B:-0.59、SE:0.31)。女性では、生活保護利用と食品多様性スコアとの間に関連はなかった(調整後 B:-0.17、SE:0.32)。

生活保護を利用する男性で共食習慣がある場合に、食品多様性スコアが有意に向上していた。

2) 経済的困難層の食生活実態把握(堀川)

生活保護利用世帯の実収入総額における食料の合計支出額の割合は、5年間で有意な変化は認められなかった。内訳別では、穀類・調理食品・外食の割合の有意な減少と、菓子類と酒類の割合の有意な増加がみられた。世帯類型別では、全ての世帯類型で菓子類の割合の有意な増加が確認されたが、世帯類型別に傾向が異なる点も見られた。

2. 国内外の効果的な取組事例収集(坂本、小林、太田)

1) 社会経済的要因による栄養課題の解決に向けた国内の効果的な取組事例の収集(坂本)

取組事例をリスト化し、そのうち15団体(食事提供(会食)型の支援が9件、食材配布型の支援が3件、中間支援団体3件)に聞き取りを行った。食事支援の実施者側の課題、食事支援を必要としている人の抱えている課題などが確認できた。

次年度の支援ガイド、ツール作成についての情報は、以下の3点に分けて整理した。1点目は、食事支援の実施者に向けたツールである。2点目は、食事支援を必要としている人に向けたツールである。3点目は、その他の観点からの情報である。

① 食事支援の実施者に向けたツール：支援を必要としている人のニーズに合った支援を行うことが重要であるため、ニーズを的確に把握するアセスメントツールが有用であるように感じた。また、配布食材の選定は、実施者の意図や好みが反映されてい

る。場合によっては、同じ予算でも、より栄養価の高い食材等を準備・配布できる可能性もあるため、配布する食材を選定する段階で栄養面に配慮した選択ができるようにするための資料等も有用かもしれない。ある団体では、食事支援を利用している人が作る料理を見据えて、食材を選定して(買い足して)提供していたり、配布食材を活用して簡単に作ることができるレシピを一緒に配布していた。このように食事支援の利用者が、受け取った食品を活用して簡単に調理ができるようにするための情報も、有用性が高いと思われる。

② 食事支援を必要としている人に向けたツール

経済的に困窮している人ほど、時間的なゆとりが少ない傾向にあり、特にひとり親世帯では時間貧困のみならず同時に所得貧困にも陥っている世帯が多いことが報告されている。そのため、時間をかけて料理をするよりは、手間をかけずに簡単に食べることができるもののニーズが高い。また、世帯年収が少ない者は、価格や食費節約への関心は高いことが報告されている。そのため手間をかけずに、食費をあまりかけなくても良好な栄養素摂取を支援するツールは有用性が高い。安価で手に入りやすく、栄養価の高い代表的な食材ごとに、簡便な料理方法などを紹介することが有用かもしれない。また、今回の視察や聞き取りを通じて、調理スキルが低いと(または全く料理をしない)、食材提供等により受け取れる食材の幅が狭まることが明らかになった。そのため、子どもたちが最低限の調理スキルを身に付けられるようにするためのツールを作成することも有用かもしれない。

③ その他の観点から

日本社会全体で、人手不足問題への対応

が課題となっている。同じく、食事支援を行う団体に聞き取りを進めていく中でも、「後継者不足に悩んでいる」「次世代へのバトンタッチが課題」「スタッフが高齢化している」「後任者が見つからない」といった、人手不足に関する意見が複数確認され、先行研究等とも同様に、食事支援に関する分野でも人手不足問題が顕著であることが確認できた。

誰一人取り残さない健康づくりを展開するためには、それぞれの地域で、様々な担い手により栄養格差を縮小するための食事支援活動が「継続される」ことが重要である。こうした活動を今後も継続していくためには、食事支援を担う人材の育成していくことも重要と言える。

その他、聞き取りを進めていく中で、活動を継続するための資金確保を課題にあげる団体も多かった。その一方で、助成金や補助金等の獲得に加え、企業や個人から寄付金を募って運営資金を確保している団体もあった。各団体が、栄養格差を縮小するための取組を継続するためには、安定的な財源の確保が課題であり、資金を確保するノウハウ等も共有していく必要がある。

2) 社会経済的要因による栄養課題の解決に向けた海外の取組事例の収集(小林)

アメリカで実施されている SNAP、WIC、FMNP は、困窮世帯に絞って、直接的な支援を実施している取組である。また、支援のみならず、栄養教育も同時に行われている。その教育内容は多岐に渡るが、健康的な食品に関する知識の付与のみではなく、殆どの取組で健康的な料理のレシピが提供されていた。さらに、買い物の方を含めた日常生活で実施可能な具体的な方法に関する教育も提供されていた。

Create Healthy Choices (CHC)では、支援対象者だけでなく、フードパントリーのボランティアの訓練を支援する取組や健康的な食品の寄付を増やすための取組、支援対象者にとってあまりなじみのない食材に関する健康的なレシピや料理の実演を食料品店に提供する取組が報告されていた。

WIC とヘルシー・スタートは、食料等を購入するためのヴァーチャーカードを使用した取組である。WIC は支援対象者が足りていない(もしくは過剰に摂取している)栄養素等を考慮し、支援対象者の状況に応じて 7 区分に分類し、支援される食品が細かく設定されている。WIC では、支援対象者が WIC フードパッケージの食品の種類やそのサイズを理解する必要がある。これらを理解させるための取組として、ショッピングガイドや WIC Shopper アプリの使用が挙げられる。ショッピングガイドには購入可能な具体的な食品の量や食品名、購入時の注意事項が書かれている。また WIC Shopper アプリでは、店頭で商品のバーコードを読み取りするだけで、WIC フードパッケージに該当する食品であるか判断することができる仕組みとなっている。このように食品購入時の利便性を高め、支援対象者が容易に健康的な食品へアクセスできる環境を整えている。

一方、イギリスのヘルシー・スタートは現時点では、購入可能な食品は提示されているが、WIC のように支援対象者の特性に応じた栄養素等を設定し、その範囲内での購入可能な食品に関する細かい設定は報告されていなかった。

FEAD 加盟国で食品を援助している国はフランス、イタリアを含めた 11 ヶ国であった。一方、食品と基本的物資を支援している国も 11 ヶ国であったが G7 は含まれてい

なかった。ドイツ、デンマーク、オランダ、スウェーデンの支援は社会的包摂であった。今回、EU 諸国の取組は Diverse approaches to supporting Europe's most deprived - FEAD case studies 2021 で報告された事例のみを収集した。そのため、食支援の事例はフランス、フィンランド、イタリア、リトアニア、マルタ、スロバキアのみであった。

3) 社会経済的要因による栄養課題の解決に向けた地域システムの検討：生活保護制度、生活困窮者自立支援事業における効果的な栄養・食生活支援の場の検討(太田)

①被保護者への健康管理支援アンケート結果(福祉事務所)

被保護者の最初の家庭訪問時や面談時に健康状態について確認(聞き取り)はほとんどの自治体が実施していた。その中で、食事の状況について確認(聞き取り)をしている自治体は半数であった。一方で、健康管理支援事業はほとんどの自治体で実施されていたが、フェイスシート等(チェック票)を使用し、ふだんの食生活(1日3食など)について確認項目がある自治体は少なかった。また、家計改善支援事業でも、食費の確認はされているが、食事内容の把握は少なかった。食品提供支援(フードバンクなど)や食育を行っている自治体は少なかった。

②『生活困窮者の自立支援事業』アンケート調査(社会福祉協議会他)

健康・食事の確認ができる可能性がある事業は、自立相談支援事業、家計改善支援事業、就労準備支援事業、認定就労訓練事業、子どもの学習支援事業であった。

生活困窮者の各種支援事業において、家庭訪問時や面談時に食事の状況について確認(聞き取り)をしている団体は多く、アセ

スメントシートの使用率は高かったが、シートには食生活について確認項目がない団体が多かった。

食支援の実施状況では、食品提供支援（フードバンクなど）を行っている団体は多かったが、食品提供支援（フードバンクなど）とあわせ、食生活の助言を行っている団体は少なかった。子どもの学習支援事業で健康、食育などの支援をする際に必要なこととして、食育（栄養バランス、生活習慣等）に関するパンフレット・リーフレット、栄養士・管理栄養士による料理教室、コメントからも料理教室の開催の希望がみられた。

D. 考察

1) 生活保護制度利用者の生活実態把握（西岡）

本研究で得られた推定結果に関して、いくつかのメカニズムが考えられる。第一に、同じ生活水準の人と比べても、生活保護利用が低い DVS と独立して関連していた理由は、資産や識字レベルの格差によって説明できるかもしれない。第二に、生活保護と DVS の関連における性差は、調理スキルの違いによって説明できるだろう。

生活保護の利用が DVS の低さと関連するという知見は、重要な政策的意味を持ちうる。これらの結果は、利用者の食生活を改善するためのさらなる支援の必要性を示唆している。被保護者健康管理支援事業が 2021 年 1 月より福祉事務所における必須事業に位置付けられた。本研究の結果から、特にケースワーカーや健康管理支援の担当者による定期的な利用者への訪問を契機として、食生活支援が必要な利用者に地域の食事場所の情報提供などを行うことで、食の多様性を含めた食生活の改善が期待できる可能性がある。

2) 経済的困難層の食生活実態把握（堀川）

生活保護利用世帯の実収入総額における食料の合計支出額の割合は、5 年間で有意な変化は認められず、生活保護利用世帯の食料の支出額が一定に維持されたことが推察された。一方で、内訳別にみると、穀類・調理食品・外食の割合の有意な減少と、菓子類と酒類の割合の有意な増加がみられた。世帯類型別では、全ての世帯類型で菓子類の割合の有意な増加が確認されたが、世帯類型別に傾向が異なる点も見られた。このことから、限られた支出額の中で、食品選択を可能とするための支援を、世帯類型別のアプローチも含め検討する必要性が示唆された。

2. 国内外の効果的な取組事例収集（坂本、小林、太田）

1) 社会経済的要因による栄養課題の解決に向けた国内の効果的な取組事例の収集（坂本）

食事支援の実施者に向けたツールとして、食材配布型の支援であれば支援を必要としている人のニーズを把握するアセスメントのツールや、配布する食材を選定する段階で栄養面に配慮した選択ができるようになるためのツール等も有用であろう。食事支援を必要としている人に向けたツールとしては、調理スキルが低いと（または全く料理をしないと）、食材提供等により受け取れる食材の幅が狭まることが確認されたため、最低限の調理スキルを習得するためのツールが有用かもしれない。

2) 社会経済的要因による栄養課題の解決に向けた海外の取組事例の収集（小林）

アメリカ、EU 諸国、イギリスにおいて、各々の国の状況に応じた社会経済的要因に

よる栄養格差を縮小する取組が実施されていた。支援対象者だけでなく、食支援者に対しても教育を行ったり、支援対象者へ栄養教育を行うためのツールを食支援者が活用したりすることで、食支援者が食の専門家でなくとも支援対象者の栄養についての理解が深まり、栄養格差の是正に繋がると考えられる。

北欧のスウェーデンにおける子どもの貧困対策において、貧困を削減するというより、すべての子どもと子育て家庭を対象にした教育、医療、福祉の対人社会サービスを地方政府、現金給付を中央政府が担うことを大枠とし、そこに地方政府による対象を限定した経済的支援を加えることで、結果として子どもの貧困対策としても成果をあげていると報告している。今後、北欧諸国での取組についてもさらに事例を収集することで、手厚い福祉支援の取組案を作成することに繋がる可能性が考えられた。

3) 社会経済的要因による栄養課題の解決に向けた地域システムの検討：生活保護制度、生活困窮者自立支援事業における効果的な栄養・食生活支援の場の検討（太田）

生活保護制度、生活困窮者自立支援事業、就業支援事業、家計改善事業、子どもの学習支援事業の各事業の初回の面接時に、全事業共通項目の食事状況および食事内容の確認・評価を行い(ベースライン)、同事業内、または他の事業内でも再評価できる機会を

つくるシステムが効果的であると考ええる。

食支援の実施の場としては、生活保護制度では健康管理支援事業で行政の看護師、保健師、管理栄養士などの専門職との連携が可能になる。生活困窮者自立支援事業では、家計改善支援制度で栄養、食事指導、簡単な自炊の指導を行い、また就業支援、子どもの学習支援の場で規則的な生活を送る自立支援の一環としてとして簡単な自炊の指導、栄養指導、食育を行うことが効果的であると考ええる。また、食品配布事業団体であるフードバンクと全事業を対象とする料理教室などのイベント開催も支援者の連携を広げる意味でも食支援の強化につながると考えられる。

F. 健康危機情報

該当事項なし

G. 研究発表

1. 論文発表

該当なし

2. 学会発表

西岡大輔，他．第 34 回日本疫学会（2024. 2. 滋賀）

田中琴音，他．JAGES 研究会（2024. 3. オンライン）．

H. 知的財産権の出願・登録状況

該当事項なし